HABLA

San Diego



FEBRERO 1.996. Nº 59

ESTO ES...

ARMAS

CARNAVAL

HABLA
San Diego

CONSEJO DE REDACCION

Mina Elías, Charo Caraballo, Mari Carmen Sánchez, Raquel Elé-Bengono, Julia Luza, Laura Lara, Amanda Moreno, María Lara..

DISTRIBUCION

Habla San Diego

COLABORADORES

CP. HH. Machado, C. Adultos "San Diego-Los Carteros", Jardín de Infancia "San Felipe Neri", Alcohólicos Anónimos, Comunidad General (Fases I, II, III), Parroquia, Anunciantes, Grupo de Fotografía A.VV., Aniceto Madiedo, José Vivero, Baldomero Pérez, Centro Cívico Los Carteros, Comite Proparque, Intercomunidad de propietarios. Fases IV, y V. Soledad Soler y Monserrat Moraza.

EDITA

Taller de prensa "Habla San Diego" A.VV. "Andalucía".

TIRADA DE ESTE NUMERO

2.500 Ejemplares

IMPRESION Y MANIPULACION

Gráficas Aicalá S.L.

MAQUETACION Y DISEÑO

Isabel Ruíz Guzmán

NOTA:

Este Periódico sólo se responsabiliza de los artículos que aparecen en el Editorial y de los firmados por la redacción.

ESTADO DE CUENTAS

Enero, 1996, Nº 58

Ingresos

L. Comerciales	63.600
Entidades	17.500
Total	**81.100**

Gastos

Impresión y Manipulación	71.000
Maquetación y Diseño	22.500
Revelado fotográfico	1.290
Total	**94.790**
Deficit	13.690
Superavit ant.	8.095
Deficit acu.	5.605

¡Este año no pudo ser!

LA Comisión de vecinos organizadora de la Cabalgata de Reyes Magos de nuestro barrio nos hace llegar una amplia información sobre la suspensión de la misma el pasado día 6 de Enero.

Como sabéis esta Comisión lleva trabajando todo el año para hacer realidad este proyecto. Todo estaba a punto, pero la lluvia, tan necesaria y deseada por todos por tantas razones, dio al traste con la ilusión, por supuesto de los vecinos, pero sobre todo, de los niños del barrio.

· Las carrozas provenían del Ayuntamiento de Valencina, que organizaba su cabalgata la noche del día 5 de Enero. Ante el mal tiempo que se avecinaba decidió postergarla para el día siguiente 6 de Enero. Por ese motivo, en todos los bloques de San Diego se colocó una hoja informativa notificando que "nuestra Cabalgata saldría al día siguiente del previsto, el domingo 7.

¿Qué ocurrió, entonces?. Pues que el día 6 llovió aún más que el 5, y la Cabalgata de Valencina, soportó encima toda la tromba de agua que cayó aquel día. Podéis imaginaros en qué estado quedaron las carrozas...! Se metieron debajo de una carpa para tratar de arreglarlas pero fue imposible. Así que, con gran dolor por parte de los organizadores, nuestros convecinos, no tuvieron más remedio que suspender la Cabalgata y así lo comunicaron en otra hoja informativa que volvió a colocarse en todos los bloques.

Sólo se realizó una actividad de las previstas que el mal tiempo no podía ni debía suspender, la entrega de comida a siete familias necesitadas de San Diego.

A pesar de la suspensión, bastantes gastos ya estaban hechos y sin posibilidad de marcha atrás, con el pago del seguro que se había contratado por si se producía algún accidente, un porcentaje de lo estipulado con la Banda de Música, una placa para la Polícia Nacional que estaba previsto hicera de escolta de la Cabalgata, 1.200 Kg. de caramelos...

Estos caramelos más 800 balones donados por Portillo y tres cajas de juguetes donadas por la Intercomunidad de Propietarios de las Fases IV y V quedan en depósito para el próximo año.

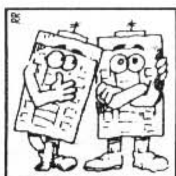
El dinero recaudado se encuentra en una cuenta corriente de El Monte de Piedad, en la sucursal de San Diego, a la que tiene acceso informativo todo vecino que lo desee. Todo esto de cara a la Cabalgata del año que viene.

Los organizadores quieren hacer llegar su agradecimiento a todos los vecinos que han colaborado, a través de la compra de papeletas y de distintas formas, con este proyecto este año no conseguido. Quieren citar expresamente a Portillo, El Monte de Piedad, Intercomunidad de Propietarios de las fases IV yV y Asociación de Vecinos, seguros· de que el año que viene se podrá hacer realidad esa Cabalgata de Reyes Magos de San Diego, por la que se ha trabajado tanto y por la que se seguirá haciéndolo a lo largo de este año. ¡ Nos veremos el próximo 6 de Enero!

Cita

Con nuestra reflexión debemos anticipar los tiempos y con nuestra pasión madurar las horas.

- Osvaldo Ardiles



Por una Cultura Popular en Nuestro Barrio



En todos los barrios, en todos los pueblos, hay un sentir cultural, unos modos, unas costumbres y una forma de ver las cosas que influye en todo loo oque vivimos día a día. Pero, junto a esto, también hay una creación cultural cotidiana, una creación continua que la vamos haciendo entre todos/as.

Desde la Comisión de Cultura de la Asociación de Vecinos hacemos unas propuestas para ahondar en nuestra rica cultura popular y a la vez crear nuevos espacios para hacer actividades que nos interesen y que nos aporten algo fresco, colectivo, en definitiva, crear cultura distinta a la que desde la TV o desde los medios de manipulación de siempre nos quieren imponer como la única cultura a seguir, o sea, competitiva, individualista, consumista e insolidaria.

Ahí van esas ideas:

1.- CICLO DE CHARLAS.

Hay algunos temas que nos han ido pareciendo interesantes; a éstos se les puede sumar los que tú propongas:

a) Historia del Barrio.

b) La actitud de los padres hacia los hijos.

c) La droga.

d) La 3ª Edad en nuestro barrio. Historias de nuestros/as ancianos/as.

2 LIBRO DE "HISTORIA DE SAN DIEGO"

El proyecto de realizar este libro está ya en marcha. En este curso hay que darle el empujón.

3)TALLER DE TEATRO.

¡Arriba el telón! La función va a comenzar. Os animamos a todas las que os guste el mundillo del teatro a apuntaros al taller que haremos desde la Asociación.

La primera cita la tenemos el día: LUNES 12 DE FEBRERO A LAS 17,30 H. en la Asociación de Vecinos.

Allí fijaremos el día que más nos interese de la semana para realizar el taller y hablaremos sobre cómo estará planteado. ¡Os esperamos!

4.- ¿QUÉ TAL UNA PEÑA FLAMENCA?

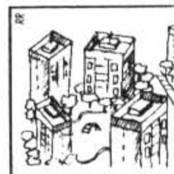
Hay mucha gente de nuestro barrio a quien le gusta el flamenco y que, además, pueda entender del tema y quiera compartir buenos ratos entre cantes, palmas y vecinos/as.

Aquellos/as que os interese estad atentos porque pronto convocaremos una primera reunión para tratar sobre el tema en la Asociación.

Estas son algunas ideas, si alguno/a tenéis proyectos en mente y os gustaría llevarlos a la práctica pasaos por la reunión de la Asociación de Vecinos y poneos en contacto con la Comisión de Cultura los lunes, a partir de las 19,00 h.

Ya charlaremos un rato de cómo podremos hacerlo.

Barrio con Cutura, Barrio vivo



Comunidades Generales

Continuando con las Gestiones

Siguen las gestiones con el Ayuntamiento por parte de las Comunidades Generales de Propietarios y la Asociación de Vecinos para tratar de ir cubriendo distintas necesidades del Barrio.

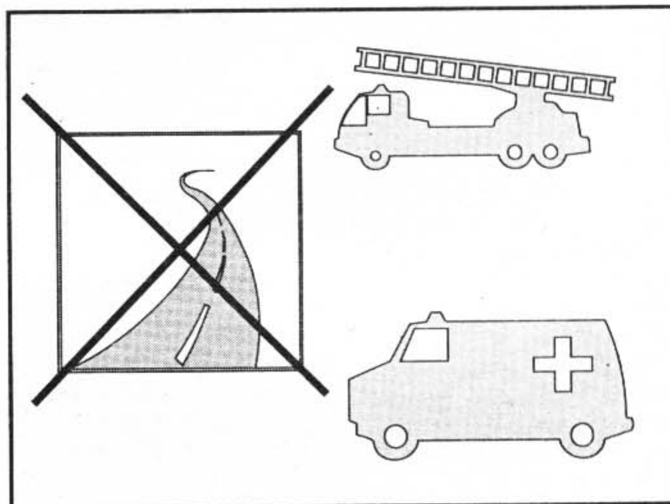
Parece importante la coordinación y trabajo conjunto de las distintas entidades ciudadanas de cara a afrontar el día a día que en cuanto a infraestructura y servicios se presentan.

En este sentido se ha vuelto a retomar la reunión de los últimos viernes de cada mes en los locales anexos de la Asociación de Vecinos entre dicha Asociación y las distintas Comunidades Generales de Propietarios.

Como ya se sabe, en el barrio existe una Asociación de Vecinos que abarca todo el barrio, desde el Bloque 1 hasta el 53, cuyos asociados lo son voluntariamente, y cinco Comunidades Generales de Propietarios, a la que pertenecen todos los propietarios de los pisos por el hecho de serlo. Estas son las siguientes: Fases I,II y III (desde el Bloque 1 al 22); Fases IV y V (desde el Bloque 23 al 36); Fase VI (desde el bloque 37 al 43); Fase VII (desde el bloque 44 al 48) y Fases VIII y IX (desde el Bloque 49 al 53).

Cada Comunidad General gestiona sus propios recursos y procesos de solución de sus problemas, pero muchos de estos últimos son comunes y por tanto tienen más posibilidad de solución abordandolo conjuntamente, incluso los particulares, al ser apoyados frente a los Organismos correspondientes, todos reciben también mejores respuestas.

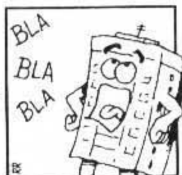
Cuando salga este número del Habla San Diego habrá tenido lugar una reunión en la Gerencia Municipal de Urbanismo con el Delegado del mismo, José Nuñez, a la que asistirá también el Delegado del Distrito, Mariano Pérez de Ayala, que está prevista para el día 7 de este mes a las 6 de la tarde.



Se tratará de una manera preferente el tema del Aparcamiento en Superficie sobre la mediana entre San Diego y Los Arcos; de especial importancia para los vecinos de las Fase VI; la colocación de placas indicadoras de la Barriada y de los bloques de la misma, a cargo del Ayuntamiento, como se viene solicitando reiteradamente, dada la necesidad que todo el Barrio tiene de ellos de cara a los servicios de urgencia que tienen que desplazarse hasta aquí.

Y por último tratar de concretar las fechas de puesta en marcha del PEMU (Plan Especial de Mejora Urbana) que aborden las deficiencias que el paso del tiempo o la propia mala estructuración del barrio, sufrimos actualmente.

En el próximo número informaremos del desarrollo de esta entrevista y de los resultados conseguidos.



Los vecinos hablan

Para publicar tus cartas en esta sección debes entregarlas antes del 1 de cada mes, en el buzón de la A.V.V. Deben estar firmadas para conocimiento de la Redacción.

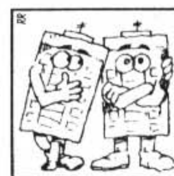
¡Adios!, mi amor eterno

Yo tenía un novio que se llamaba Albert, pero de verdad yo no supe lo que era amor, pensé que ese era el comienzo de mi felicidad. Al tercer año del Instituto fueron sus padres a pedir mi mano y yo se la concedí, al mismo tiempo tuvó que irse a Francia por motivos de estudios.

Mis amigas veían que me sentia sola y me invitaron a una boda; en la boda me presentaron' al hermano del novio, aquel momento fue un flechazo. Después de tres días fue el chico a buscarme, me invitó a tomar un té, al cual acepté. En muchas ocasiones saliamos al cine, a bailar... Empecé a enamorarme de él poco a poco y el de mi, y unas semanas después me declaro su amor, yo decia que no pero en el fondo era si, le dije que estaba comprometida y el me prometió que siguieramos saliendo como amigos. Después de un tiempo no pude ocultar más el amor que sentía por él, y se lo confesé, y nos besamos, nos pusimos muy contentos. Lo peor de esto es que no pude contar a mis padres que ya no estaba enamorada de Albert sino de Basi, no quise fracasar a mis padres, ni que sintieran verguenza de mí, le dije a ellos que eramos sólo amigos

Después de tres años volvió Albert de Francia, era cuando tenía que decicir pero no pude, y me casé con Albert. Después de la boda nos marchamos a Francia, pensé que estando lejos podría olvidarme de Basil, pero fue imposible. Voví a España en dos ocasiones para encontrarme con Basil, pero cuando llegue me dijeron que se había ido lejos, porque me casé con Albert. Volví a Francia y tuve cuatro hijos, pero aún asi no pude olvidarme de él. Siempre él tendrá un lugar en mi corazón, el mundo puede llenarme con todas sus riquezas sin embargo me conformaré con un lugar pequeño en la tierra para estar con él. ¡Adiós mi amor eterno!

Globil



Reportaje

Medidas SI, barreras NO

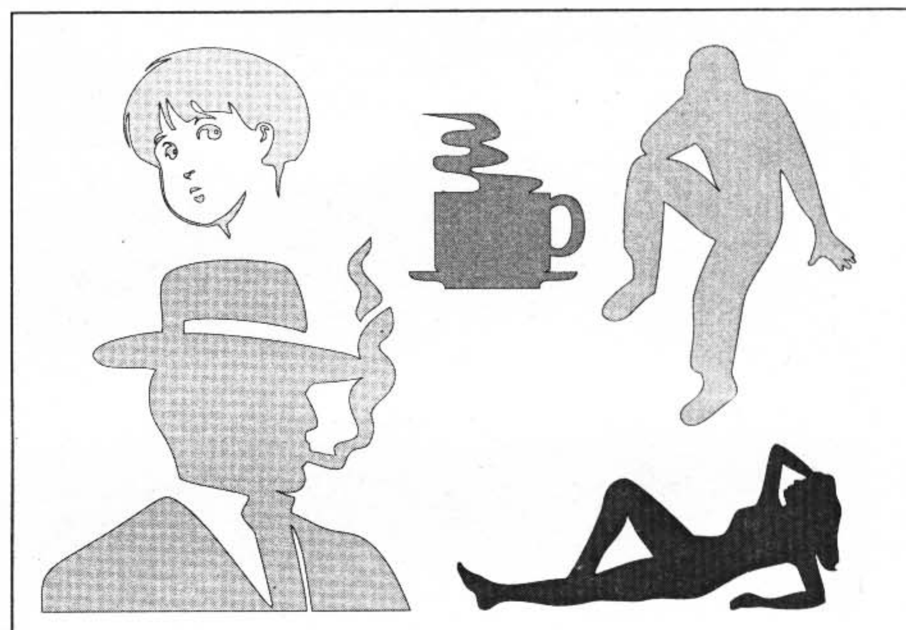
La droga la podemos definir como la sustancia cuyo consumo crea una sensación subjetiva, física o psíquica, agradable que produce una relación entre la sustancia y la persona. Def. Fernández Martínez.

Las drogas han existido, existen y existiran siempre, es algo que no necesita excesivas demostraciones, todas las sociedades y culturas han conocido el uso de las drogas y las han utilizado abundante y destacadamente ligada a rituales religiosos, culinarios. Son notables los efectos beneficiosos que se derivan del consumo no solamente los terapéuticos, sino también aportaciones gastronómicas. ej como el vino, café, té... en occidente y la coca en los países andinos.

Las drogas son sustancias las cuales en sí no derivan mayores perjuicios o beneficios que los condicionados por su uso o abuso.

Su clasificación desde un punto de vista sociológico. Freixo (1978), se dividen en:

Institucionalizadas: alcohol, té, café, tabaco y medicamentos dentro del marco curativo.



No institucionalizadas: cannabis (marihuana), LSD, ZS, mescalina, heroína, cocaína...

A casi todos nos gusta de vez en cuando un buen vino, y no por ello somos drogadictos. El problema es el uso que hacemos de esas drogas cuando creamos hacia ellas una relación de dependencia sin las cuales no somos nada. No pudiendo enfrentarnos diariamente a nuestros miedos,relaciones, insatisfaciones personales. Detrás de cada adicción no es raro descubrir, paro, marginación, fracaso escolar, incomunicación...

El tiempo libre un nuevo concepto de nuestro siglo. ¿Qué hacer con él?

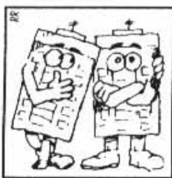
Las ofertas ofrecidas por el sistema van desde ir a los bares, discotecas, salir de compras, ir de marcha, ir al cine, etc... todo ello relacionado con un mundo donde la droga es ofrecida como negocio y fórmula de ocupar nuestro ocio. Quizás la solución sea crear nuevas formas para disfrutar de nuestro tiempo libre. Ante la droga en vez de tomar las medidas anteriormente mencionada más sociales, podemos tomar unas más represoras. Podemos cerrar los bloques para que no se metan los drogadictos, poner guardias jurados en cada bloque para entrar, vallar toda la barriada y prohibir dentro de ella el consumo y la venta de alcohol y otras sustancias en nuestro barrio, pero ¿qué hacemos con nuestros hijos/as, vecinos/as que consumen?.

Con estas medidas lo que conseguimos es perderlos de vista porque se iran a otros barrios y seguirán consumiendo.Si queremos saber porqué nuestros hijos/as consumen drogas tendremos que acercarnos a su mundo y entablar comunicación con ellos, saber cuáles son sus problemas, sus inquietudes, que quieren o desean de este mundo, cuyos expectativas dejan mucho que desear.

Así que después de esta reflexión personal os informarmos de la existencia en nuestro barrio de un autobús blanco, itinerante servicio municipal que se ha detenido por un tiempo en nuestro barrio, atiende personalmente cualquier duda o problema relacionado con la droga.

Julia González

Os invitamos a las reuniones mantenidas los martes a las 5 de la tarde en el C. P. Hermanos Machado.



Grupos y Asociaciones

Rincón Músical

Hace.. umm... no se, poco tiempo, tuvimos la oportunidad de ver por primera vez en unas condiciones más que aceptables a dos grupos del barrio. Noética y Derrápidos.

El sitio era y es bueno, se trata de la Sala Calatrava (antiguo Roll Dancing), y el equipo también era bueno.

El sonido estuvo bien en general aunque faltó un poco más de potencia que diera una mayor vibración y vida al público. Angel, el mesista, se comportó para la ocasión. El público que ya reunen estos grupos alcanzó cerca de 200 personas que se divirtieron, escucharon buena música, etc.

Los grupos; primero Noética, empezó cerca de las 11,30 de la noche, empieza pués el grupo más "pop", el más suave también. Andó bien este grupo demostrando que gente como ellos, con muy poco tiempo tocando (exeptuando Isaac que lleva más), tienen muy claro lo que hacen, aunque se apoyen todavía en demasiadas versiones, como quedó demostrado en el concierto. Este grupo puede sacar mucho más de sí, y nos lo hicieron notar en el concierto, con un buen repertorio y unas cancionoes muy bien conseguidas. En muy poco tiempo y desde que empezaron a un nivel prácticamente cero, han alcanzado un nivel muy bueno y demuestran un paso firme hacia la madurez total.

Derràpidos fue el segundo y último grupo de la gran noche, ellos tenían más tablas, se notaba, y sobre todo tenían un cantante que hacía de showman en el tiempo libre, con un repertorio de chistes paralelos al de las canciones.

Tocó muy bien Derrapidos, demostrando que son uno de los grupos más compenetrados del panorama "Sandie". Su música, aunque no es moderna, no está desfasada y sobre todo está muy bien hecha, y encima te diviertes por el mismo precio. ¿Que más puedes pedir?

Asociación Trabajando contra el Paro

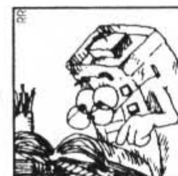
Llevamos 1 año funcionando apoyandonos mutuamente ante esta problemática, buscando soluciones y alternativas por un lado, manteniendo contacto con diversas entidades y participando en congresos y jornadas. Formándonos en búsqueda de posibles vias y soluciones. Denunciando esta situación que estamos padeciendo con más de un 30% de la población activa de nuestra ciudad.

Informaros que estamos trabajando en varios proyectos uno de tienda social, intentando por un lado dar respuesta a una necesidad económica de una población marginal y por otro lado crear puestos de trabajo.

Con este proyecto mantuvimos una reunión con la Delegada de Economia del Ayuntamiento de Sevilla, cuya reunión resulto bastante interesante tanto por la actitud de la Delegada así como su ofrecimiento a prestarnos su apoyo técnico y si el proyecto era viable presentarlos a los Fondos de la Comunidad Europea. Existian experiencias como estas en otros países de la Comunidad Económica Europea.

Otra iniciativa que se esta poniendo en marcha es un proyecto que ofrece un servicio de maquetación e imprenta, ofreciendo este servicio a diversas entidades, Asociaciones, .Centros Educativoss.. Mostrando revistas, folletos, etc.

El próximo 9, 10 y 11 de Febrero asistiremoss a las Jornadas organizadas por Derechos Humanos, S.O.C., C.U.T. en homenaje a Diamantino García.



Historia en tu barrio

¿Te acuerdas de cuando jugábamos al fútbol?

El C.F. San Diego se fué haciendo semana a semana con los partidos, y en poco tiempo el barrio se sintió orgulloso y lo hizo suyo.

De la mogollona de niños que asistíamos a los primeros entrenamientos nos fuimos quedando unos pocos: los que jugábamos o teníamos posibilidades de jugar.

Las funciones en la directiva se repartieron según aptitudes y/o disponibilidades. R. Lara de "Residente" (trabajando en el centro resolvería el papeleo con facilidad); Diego R. de "Organizador" (sensible y preocupado de que todo saliese bien); Juan J. de "Entrenador" (incansable y el más potente torrente de voz del momento); Hurtado de "Utillero" (constante y trabajador); Matito en el "Asesoramiento Técnico" (el que más sabía de fútbol) también con Valèntín y Bartolo. En los inicios las decisiones se compartían y cada uno dentro de su parcela hacía lo que se sobreentendía.

Pronto se empezaron a traer equipos. El primer partido se jugó contra Pino Montano y el segundo contra Las Naciones, ambos con la equipación roja. Encuentros que sirvieron para entonar al equipo.

Mucha rivalidad y tensión se vivió contra H.H. Machado. El equipo que entrenaba Eugenio estaba formado en su mayoría por chavales del barrio de Los Carteros, con los cuales, recordábamos, salíamos a pedradas un día sí y otro no, en ocasiones precisamente por el uso del campo de fútbol.



Uno de los primeros equipos del C.F. San Diego.
De pie: Josemi, Juani, Paquito, Montes, Claudio, Balles, Miguel Angel, Naranjo y Baldo.
En cuclillas: Juanma, Alfredo, Castillo, Javi, Larita y Lolo.

Los dos barrios, nuevos vecinos, se vieron las caras en un encuentro en el que hubo de todo dentro y fuera del campo, y del que quizás saliese peor parado Pepe "Sandokan" que hizo de árbitro. Se vió un gran espectàculo y ya aquí el barrio se volcó con su equipo.

En el trofeo de Pio XII se nos incluiría de relleno seguramente porque disponíamos de campo. La semifinal la ganamos jugando muy bien y tuvimos que asustar porque Pio XII se presentó en la final reforzado y crecidito de tamaño.

A pesar de todo no tuvo nada qué hacer con este San Diego que desde los primeros partidos parecía capaz de ganar casi todo. El encuentro concluyó con un contundente 4-2 y por la tarde fuimos a Pio XII a recoger la copa de primer clasificado que curiosamente era a todas luces peor que la del segundo.

Volvimos medio barrio -chavales, padres y madres- con la copa por la Avenida Pino Montano a gritos de ¡¡San Diego!! ¡¡San Diego!! ¡¡San Diego!!...

Baldo Pérez

Los Carnavales

Son celebraciones populares de arcanos orígenes que tienen lugar en la actualidad en el tiempo que precede a la celebración cristiana de la Cuaresma.

En Andalucía, los carnavales que tienen mayor arraigo son los que se celebran en Cádiz, Isla Cristina (Huelva), Trebujena (Cádiz) y otros que tienen lugar en otras fechas, aunque el contenido sea el mismo.

La historia más reciente de estas fiestas es la de la recuperación de su más honda raíz popular. Durante muchos años estuvieron prohibidos y manipulados allí donde el ansia popular no pudo ser contenida. La historia de los carnavales de Andalucía pudo ser con ligeras variantes, la de los carnavales de Cádiz.

Se celebran seguramente con anterioridad a 1858, que consistían en un principio en festejos callejeros con cucañas, conciertos, bailes y mascaradas, que se trascendían a domicilios particulares, a Centros de reunión, Sociedades Recreativas y Teatros.

Las comparsas como agrupaciones con coro orquestado aparecieron en 1873; pero en este año ya existían otros tipos de agrupaciones.

El Alcalde Eduardo Genovés las obligó a sacar licencia municipal ejerciendo una verdadera censura personal sobre los textos.

Comenzaba el famoso carnaval de Cádiz, con sus típicos bailes de máscaras y juegos como el "colompio de los patios" o los juegos "de compadres"; en algunas casas de clase media eran sustituidos por los "bailes de rigodones", "lanceros", "polcas", "chotis" y "mazurcas". Tenían lugar también las batallas de papelitos o de agua perfumada. El domingo solían hacerse las piñatas.



Imagenes de Carnaval.

EL CARNAVAL DEL FRENTE POPULAR.

La Guerra Civil de 1936 marcó el final de la más autentica etapa del Carnaval gaditano.

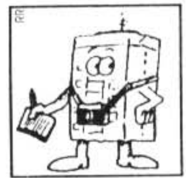
En el día 5 de febrero, la ciudad gaditana se esmeró en preparar el carnaval como si presagiara que iba a ser el último.

Cádiz vivía con toda intensidad dos ambientes distintos: por un lado los tradicionales festejos carnavalescos y por otro la campaña electoral que se estaba celebrando en todo el país y que dio a la victoria al llamado Frente Popular.

Tanto la derecha como la izquierda gaditanas tenían en la calle sus listas electorales. La ciudad se encontraba sumergida en su habitual rutina con algunos pequeños incidentes como el asallto a la fábrica de cerveza "La Gaditana".

En medio de este ambiente se hacían los últimos ensayos, los temas de las coplas fueron la actualidad local y política.

Este año hubo un gran repertorio de comparsas y chirigotas, bailes, desfiles y conciertos. Todo el pueblo gaditano tuvo donde divertirse. Todos los gaditanos vivieron verdaderas batallas de serpentinas y papelitos, en medio del ingenio y la libertad que caracterizaron a aquellos carnavales republicanos. En resumen: resultó excelente. Pero al año siguiente España estaba en guerra y los comparsistas habían sustituido el güiro, el bombo y la caja, o tambor, por las armas; habían sustituido el ingenio, la imaginación, la alegría y la broma, la crítica y la ironía, por el miedo, el odio y la incertidumbre. Había pasado el mejor tiempo, donde el comparsista pudo criticar la sociedad sin traba de censura o amenaza de multa o prisión. Luego, al terminar la contienda, muchos de ellos fueron



perseguidos, encarcelados y hasta fusilados por ser acreedores de una ideología que estaba en total desacuerdo con el bando vencedor.

LOS DIFICILES AÑOS DE LA POSTGUERRA.

En los años que sucedieron al último parte de guerra, poco a poco se recuperó la normalidad.

El día 3 de agosto se inauguró en Cádiz, en el Parque Genovés, la famosa velada de Los Angeles, donde actuaron por primera vez después de la guerra, los coros y murgas gaditanos.

A pesar de esta experiencia, en febrero del 48 no se celebró el carnaval. Pero sí actuaron coros y chirigotas en un homenaje que la peña "los que quisieron" rindieron a su presidente, el día 31 de enero. El 10 de agosto en la velada de Los Angeles, el entonces Gobernador Civil Don Carlos María Rodríguez, vio una actuación del coro "Piñata Gaditano" y quedó tan complacido que preparó un concurso en la plaza de San Antonio con la condición de que los coros presentaran primero sus letras en la subsecretaría de Educación Popular, la que ejerció una férrea censura.

Llegó el día señalado, el 14 de agosto, y tal fue la satisfacción del gobernador que dispuso que para el año siguiente las fiestas volvieran a su mes tradicional.

Y así fue, el día 12 de Febrero del 49, los coros y murgas se presentaron en el ayuntamiento.

La censura era muy rigurosa y los propios comparsistas, para evitarse problemas, la ejercían de modo previo sobre sus conjuntos, las coplas que interpretaban y los ademanes que hacían.

El 18 se celebró por primera vez el concurso de conjuntos en Gran Teatro de Falla, que resultó un éxito completo.

La emoción de los gaditanos era inmensa pues anhelaban revivir esa etapa de la ciudad en fiestas carnavalescas. Pero ya no era posible criticar lo criticable; no eran permitidas las letras de contenido político ni aquellas que atentaran contra la moral. Todo estaba vigilado y censurado. Sin embargo, decían con gestos lo que no podían decir con palabras.

REPRESION Y CLANDESTINIDAD.

Todo el año 1949 fue como un largo período de calentamiento para los carnavales venideros.

Ya no se mencionaba de manera oficial la palabra "carnaval" que, según decreto de 1937, había quedado totalmente ajena a los antiguos carnavales, ya suprimidos, pretendiéndose sólo conservar la tradición de sus Coros y Agrupaciones por ser exponentes del sentir popular de típico ambiente gaditano.El aviso era evidente, había que prohibir todo lo que tuviera relación con los antiguos carnavales, porque había significado siempre la libertad del pueblo que, durante unos días, tomaba las calles de la ciudad con sus críticas y sus divertidas ocurrencias. Por otra parte, dado su caráter pagano, había sido condenado por la Iglesia Española.

Aunque en otras épocas había existido la censura, nunca había sido tan dura como en aquellos tiempos del régimen franquista.

El pueblo había elegido someterse a esto, o tal vez ¿hubiera sido mejor que las comparsas se perdieran? Todo quedó supeditado a los intereses de una clase dominante que, lógicamente, no podía permitir que el pueblo le echase en cara sus sucios negocios, la corrupción de sus estructuras y sus defectos.

En el 53, "El Quini" declaró; "me inspiro en aquellas cosas que más han llegado al sentimiento de la población y en los defectos y críticas que ésta hace". Pero la verdad era que era imposible reflejar el sentimiento y las opiniones del pueblo, porque estaban prohibidos por bandos municipales, avisos gubernamentales, circulares ministrales y decretos leyes.

CONSOLIDACION DEL NACIONAL FOLKLORISMO.

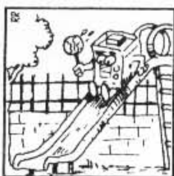
El régimen no solo había acabado con todo tipo de manifestación popular, sino que además había exaltado, como propias, unas fiestas creadas por el pueblo en tiempos remotos y que el pueblo siempre había tenido un importante papel protagonista.En 1954 lanzó la idea de fundar una peña en memoria del "tío de la tiza" donde se colocaría una gran foto de Manuel López, ambos representaban el más alto exponente carnavalesco de la historia.

Los comparsistas utilizaron la picardía y la sagacidad para poder decir lo que querían y burlar la vigilancia.

Era tiempo de desánimo, tiempo en que, a pesar de los nuevos "modernismos" -como algunos decían-, se había perdido la quinta esencia del carnaval por tanta adulteración, por la falta de libertad y por las condiciones poco propicias.

Luego, en 1967, los antiguos carnavales gaditanos recibieron la "puntilla" definitiva cuando, por arte y mala magia del teniente de alcalde, don Vicente del Moral, las entonces fiestas folklóricas cambiaronn de fecha entonando así su más lamentable "adios a la vida". Lo que era folklórico, callejero y espontáneo se convirtió en ferial con casetas como la peor fiesta primaveral. En protesta, muchos comparsistas dejaron de salir. Y desde entonces han batallado, y lo han conseguido, para que sus carnavales vuelvan a serlo en febrero y con todas las prerrogativas que tenían antes de la guerra, como en los mejores tiempos.En 1977 los Carnavales gaditanos volvieron, tímidamente a recuperar algo de su pasado esplendor y gracia. Con las elecciones y el nuevo aire político y social del país, pasó un poco la fiebre de las connotaciones políticas inmediatas. Así, los temas de las letras de 1978 van desde las elecciones y el parlamento, pasando por la atuación de la policía en los conflictos laborales de Cádiz, a la burla del destape y la pornografía.

Laura Lara y María Lara



Jardín de Infancia





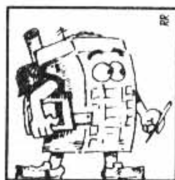
En el mes de Febrero

Vamos a estudiar el tema: "Los Alimentos". Tenemos previsto hacer varios tipos de desayunos, entre ellos "un desayuno andaluz", para festejar el Día de Andalucía.

Con motivo de los Carnavales, tenemos previsto, si el tiempo lo permite, hacer un pasacalles por el barrio donde los niños lucirán los disfraces que ellos mismos se van a hacer. Estamos aprendiendo también un chirigota para cantarla ese día.

El Día de Andalucía cantaremos el himno a nuestra bandera andaluza con todos los padres, hermanos y vecinos que quieran venir a festejarlo.

Como fin de fiesta cantaremos y bailaremos por sevillanas.



C.P. H.H. Machado

La alarma y los bulos sólo conducen a problemas y confusión

El pasado día 23 de Enero en la puerta del C.P. Hermanos Machado se produjeron actos de verdadera histeria, producida por las fuertes lluvias y la mala interpretación de las noticias que hicieron algunas personas.

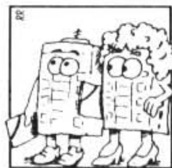
Un grupo numeroso de padres y madres increparon a los respondables del centro, que se negaban a abrir las puertas una hora antes de lo reglamentario, cumpliendo con su obligación. Ante esta situación alguien llamó a la Policía Nacional (lo que nos parece totalmente fuera de lugar), la cual en lugar de tranquilizar y calmar los ánimos obligó a que se abrieran las puerta, sin tener en cuenta que es la Delegación de Educación quien puede dar la orden.

Creemos que todos queremos el bien para nuestros hijos e hijas y desde luego en ese momento no corrían ningún peligro que justificara unos hechos como los anteriormente reseñados.

Nos hacemos una pregunta:

¿Qué pasaría si se hiciera un simulacro de incendio, el cual para que sea eficaz debe realizarse de la forma más inesperada?.

Junta Directiva del A.P.A.
C.P. Hermanos Machado



Centro de adultos

"El Murito" un periódico ¿para qué?

Con este primer número del periódico "El Murito" se inicia una actividad en el Centro de Adultos, con la que pretendemos, a través del trabajo en equipo reflexionar sobre ideas, opiniones, sugerencias... de todas aquellas personas que hacen posible la vida en el Centro y cuya finalidad sea que una nuestras ilusiones.

La realización de nuestro periódico ha sido en un primer momento un trabajo duro, pero gracias a la cooperación de todos vosotros ha sido posible esta primera publicación. Esperamos con esto, que este trabajo de todos siga avanzando con vuestra ayuda.

Con estas líneas queremos transmitiros la ilusión de una forma de comunicación, relación y aceptación de todas y cada una de las personas que hacen activa la vida en el Centro. Ojalá seáis críticos y a la vez benevolentes con este primer número, críticos porque significará que habéis tenido la curiosidad de echarle un vistazo y benevolentes porque al ser el primer número todavía nos queda mucho que aprender. Nuestro deseo es que con vuestro apoyo y colaboración los números siguientes se acerquen más a vuestros intereses, inquietudes, necesidades, a la vez que también puede ser un foro reivindicativo. En definitiva, el periódico será lo que vosostros queráis que sea. Así que ánimo y adelante, os estamos esperando.



"Intentemos entre todos unir nuestras ilusiones, rompiendo los muros que nos separan"



Centro Cívico

Nota Informativa

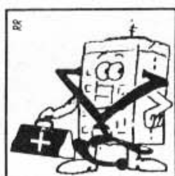
Durante este mes de febrero, se pondrá por fin en marcha la zona deportiva de éste Centro Cívico, al terminarse los trabajos realizados por el Instituto Municipal de Deportes de vallar todo el recinto del campo de fútbito. Para el uso de dicha instalación se ha creado una Junta Rectora, presidida por D. Valentín Palacios Núñez que atenderá las solicitudes de los distintos equipos interesados en practicar fútbito para poder organizar un Campeonato. La utilización será gratuita con el único requisito de rellenar una solicitud por una persona responsable de cada equipo. Se realizará un cuadrante de horas en las que se pueda organizar dicho Campeonato. Estas horas podrán ser tambié´n utilizadas por equipos de chavales menores de edad o incluso algún equipo que quiera entrenarse.

Dichas peticiones serán atendidas desde las 6 hasta las 7 de la tarde, en el Centro Cívico, planta 2ª puerta 6ª.

Por otro lado también va a ponerse en marcha un taller de Acuarela y Dibujo por lo que las personas interesadas en pintar en acuarela, puedan solicitar información en este Centro. Tendrá carácter gratuito y se organizará por la Agrupación de Acuarelistas de Andalucía, durante los meses de Febrero, Marzo, Abril y Mayo. Todos los viernes de 7 a 9 de la tarde. Esta actividad se complementará con charlas-coloquios, conferencias, proyecciones documentales alusivas y exposición final de los trabajos.

Carlos Raynand
Director del Centro Cívico





Hablando de Salud

La Alimentación II

Continuando con el apartado de alimentación y nutrición, hoy vamos a hablar de los distintos grupos de alimentos y la función que realizan en el organismo.

En el anterior ejemplar de este periódico veíamos lo que son las sustanciass nutritivas o nutrientes y cómo forman parte de todos los alimentos. Pero según el alimento de que se trate, contiene más de unos nutrientes que de otros, por lo que ningún alimento por sí solo será capaz de cubrir las necesidades nutricionales de la persona; en cambio la combinación de todos ellos satisface perfectamente las necesidades orgánicas.

Los alimentos se han clasificado en siete grupos, teniendo en cuenta el predominio de una u otra sustancia nutritiva en la composición de los mismos. Estos grupos son:

Grupo 1.- Leche y sus derivados; (yogur, queso...).

Grupo 2.- Carnes, pescados y huevos.

Grupo 3.- Patatas, legumbres y frutos secos.

Grupo 4.- Verduras y hortalizas.

Grupo 5.- Frutass.

Grupo 6.- Cereales y azúcar.

Grupo 7.- Aceites, mantequilla y tocino.

Los grupos 1 y 2 destacan por su alto contenido en proteínas, y su función principal es construir tejidos corporales ; es una función PLASTICA. Los alimentos del grupo 1 (leche y derivados) son riquísimos en proteínas y otros nutrientes pero, sobre todo, constituyen la fuente más importante de calcio. Los alimentos del grupo 2 (carnes, pescados y huevos), además de las proteinas, contienen en abundancia vitaminas del grupo B y minerales, sobre todo hierro; tambien contienen grasas, en cantidad variable dependiendo del tipo de carne y de pescado.

El grupo 3 está formado por alimentos ricos en proteínas, azúcares y grasas, vitaminas y minerales, constituyendo un grupo mixto que posee las tres funciones: PLASTICA, ENERGETICA y REGULADORA.

Los grupos 4 y 5 están formados por alimentos que contienen un alto porcentaje de agua y son muy ricos en vitaminas y sales minerales; puesto que estos nutrientes son imprescindibles en el organismo para regular los procesos metábolicos, se dice que los alimentos de este grupo ejercen una función REGULADORA. En el grupo 4 tenemos verduras y hortalizas, que aportan sobre todo vitamina A y C.

En el grupo 5 están las frutas: las que contienen más vitamina C son las fresas, el fresón, la naranja, el pomelo y el kiwi. Las de mayor contenido en Vitamina A son el melocotón, el albaricoque, las ciruelas, el melón y las cerezas.

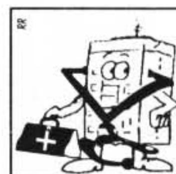
Los grupos 6 y 7 destacan por el gran aporte calórico de los alimentos que lo constituyen. Las calorías son la energía que necesitamos para funcionar: nuestro "combustible". Por tanto estos grupos realizan principalmente una función ENERGETICA. En el grupo 6 están los cereales, ricos en energía (combustible) pero también en vitaminas y minerales. El valor nutritivo de los cereales es mayor cuanto menos refinado esté el grano, así el pan, cuanto más blanco, menos nutrientes tiene. En este mismo grupo está el azúcar (del azucarero), que es un producto poco recomendable, porque, aunque aporta energía, no contiene otros nutrientes; es lo que se llama un alimento con "calorías vacías".

El grupo 7 lo forman alimentos eminentemente grasos (mantequilla, aceites...); son muy energéticoss y contribuyen a mejorar el sabor y la textura de las comidas. Contienen vitaminas y ácidos grasos esenciales. No se deben consumir en exceso por su elevado valor calórico.

Rueda de los alimentos. Así pues, vemos que los alimentos sirven para satisfacer las necesidades ENERGETICAS, PLASTICAS Y REGULADORAS del organismo.

Y ¿qué es una alimentación saludable? pues es, bàsicamente, una alimentación variada, y se consigue combinando los alimentos de los 7 grupos que hemos visto; siempre teniendo en cuenta las necesidades particulares de cada persona. En definitiva, se trata de comer de todo en las cantidades correctas para cada cual, según sus demandas energéticas. Ya sabemos que cada organismo necesita diferente cantidad de "combustible" para funcionar; esta cantidad depende de diversos factores: sexo, talla, edad, constitución corporal, temperatura ambiental, actividad física, procesos fisiológicos (embarazo, lactancia..) o patológicos etc.

Para esta energía la unidad de medida utilizada es la CALORIA: una caloría es la cantidad de calor que se necesita para elevar 1ªC. (de 14,5 a 15, 5º C) la temperatura de 1c.c. de agua. En nutrición se emplea continuamente este término, pero



como se manejan grandes cantidades de calor se usa para medir la kilocaloria (Kcal. o Cal.) que equivale a 1.000 calorias.

El número de calorías que produce un alimento es su "valor calórico" o "valor energético". De todas las sustancias nutritivas, las que tienen valor energético son las grasas (9 Cal./gr.), los azúcares o hidratos de carbono (4 Cal./gr) y las proteínas (4 Cal./gr). No tienen valor energético las vitaminas, las sustancias minerales ni el agua. Sabiendo ésto, se puede saber el valor calórico de un alimento determinando la cantidad de grasas, azùcares y proteínas que contiene en su composición. Así es fácil entender que los alimentos que contienen mucha agua, como por ejemplo las frutas y las verduras, tienen un valor calórico muiy bajo, mientras que los alimentos ricos en grasas tienen un valor calórico muy alto. Saber esto tiene importancia a efectos de conseguir un equilibrio energético, es decir ingerir la cantidad de energía que se necesita para realizar los procesos biológicos: ni más , ni menos.

Una forma de saber si se están tomando las calorías necesarias es controlando el peso: si el peso aumenta significa que se ingiere más energía de la que se gasta; si el peso va disminuyendo, significa que la ingesta de energía es menor de lo que necesitamos en el consumo diario; y si, en el tiempo, el peso se mantiene relativamente estable, es porque entre el aporte de energía y el gasto que se hace de ella existe un equilibrio, es decir, la alimentación está siendo correcta en cuanto a la cantidad.

Los desequilibrios energéticos dan lugar a la obesidad (cuando es por exceso) y a la pérdida de peso (cuando es por defecto):

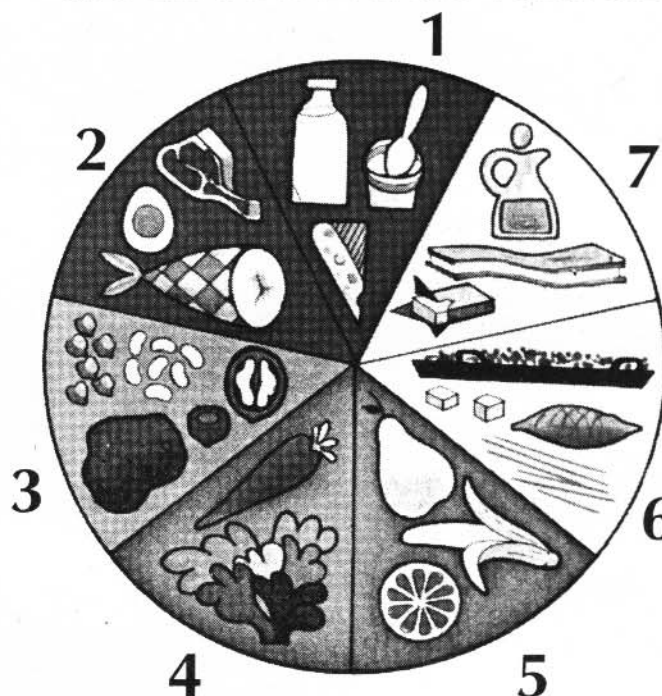
A) Como hemos visto, la obesidad se produce cuando el aporte energético que recibe el organismo es mayor que el gasto que tiene; la diferencia (calorías que no se consumen) se va acumulando en forma de grasa, repartida por todo el cuerpo. Esta forma de nutrición incorrecta (por exceso) supone un riesgo para la salud, ya que se relaciona estrechamente con enfermedades como la hipertensión arterial (H.T.A.), afecciones del corazón y de la circulación, la diabetes, etc. Además puede complicar procesos como el embarazo y las intervenciones quirúrgicas.

B) La falta de peso se produce cuando el aporte calórico es menor de lo que el organismo necesita. Si el problema es duradero, o la falta de peso es excesiva, se producen efectos negativos sobre el organismo, como: disminución de la resistencia a las infecciones, deterioro del crecimiento físico y del desarrollo mental en los niños, disminución de la capacidad de trabajo y de la actividad sexual, etc.

Así pues, una alimentación correcta debe permitir que se tenga, y se mantenga, el peso adecuado, y además debe aportar los distintos alimentos de la "Rueda" (uno o dos de cada grupo) para garantizar el equilibrio de nutrientes.

Soledad Soler.

RUEDA DE LOS ALIMENTOS



Para que nuestro hijo esté buen alimentado debe comer diariamente 1 ó 2 alimentos de cada uno de los sectores de la rueda. De esta forma la dieta será variada e incluirá todas las sustancias nutritivas que nuestro organismo necesita: proteínas, grasas, azúcares, minerales y vitaminas.

Comité Proparque

Parque Miraflores: Dos años más de Escuela Taller

Tenemos el oido tan acostumbrado a lo difícil que nos resulta a todos conseguir mejoras sociales para nuestros barrios que parece que cuando se llega a conquistar alguna de ellas nos coje desacostumbrados y ni siquiera llegamos a considerarlo noticia.

Cuando, después de 10 años de briega ciudadana, se consiguen 2.000 millones para construir definitivamente el Parque Miraflores (o sea, la mayor inversión en una instalación social realizada en Sevilla en los últimos años, la más importante en una zona verde en toda Andalucía y la única de esta cuantía conseguida por iniciativa ciudadana para un proyecto similar en todo el Estado Español) en nuestros propios medios de información (en el Habla) apenas nos concedemos una página hacia el final de la Revista.

Aunque tampoco lo lleguemos a considerar una gran noticia el pasado 11 de Diciembre iniciamos un nuevo programa en la Escuela Taller Miraflores (la antigua Casa de Oficios). Ahora, con cinco módulos de ocho alumnos-trabajadores cada uno, los jóvenes parados participantes se formarán durante dos años como carpinteros, herreros, electricistas, viveristas-jardineros y albañiles.

Estos jóvenes estarán año y medio contratados por el Ayuntamiento ejerciendo sus oficios.

Además, por un lado, se continuará con los trabajos de construcción (reconstrucción del antiguo Molino de Aceite de la Hacienda Miraflores, construcción de nuevas instalaciones en la Finca la Albarrana..) y con los trabajos de jardinería (ajardinamientos en el Parque Miraflores) y, por otro lado, iniciaremos nuevas líneas de trabajo: excavaciones arqueológicas, creación de un vivero de aprendizaje y experimentación, construcción de coches de caballos o puesta en marcha de un Servicio de Cooperación Profesional con Entidades Sociales.

Queremos resaltar una doble invitación a todas las entidades de la zona:

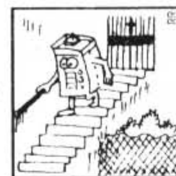
1.- Podéis visitarnos cuando lo deseéis para conocer lo que hacemos: nuestras aulas y talleres, las obras en marcha, las excavaciones arqueológicas...

2.- Podéis hacernos llegar vuestras necesidades de trabajos en los locales de la asociación a la que pertenecéis (especialmente si son de electricidad, de carpintería o de herrería) e intentaremos, a partir de Marzo, realizarlos con nuestro futuro Servicio de Cooperación Profesional con Entidades Sociales.

Para conectar con nosotros para cualquiera de estos u otros temass podéis dirigiros a : Escuela Taller Miraflores, Polígono Store, Calle Nueva, Nave 22; o al teléfono 443 45 22 (de 8 a 15h.).

Os esperamos pronto.

Comité Proparque Educativo



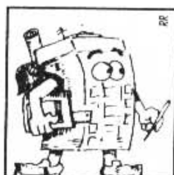
Parroquia

Cristianismo y no Violencia

Acabamos de celebrar el día 30 de Enero, el aniversario de la muerte-asesinato de Mahatma Ghandi, el DIA MUNDIAL DE LA PAZ.
Mahatma Ghandi ha pasado a nuestsra historia mundial como "el hombre de la NO-VIOLENCIA ACTIVA".
Una de las primeras y más fecundas raíces del surgimiento y del trabajo de grupos de no violencia en España desde los años 70 fue la cristiana. Unos vivían su compromiso no violento en grupos específicamente cristianos, como Justicia y Paz, Paz Christi... otros en grupos de no violencia u objeción de conciencia, como el MOC (Movimiento Objetores de Conciencia) en unión de personas de diferentes cosmovisiones. En todos ellos va surgiendo la necesidad de fundamentar en la Fe la noviolencia y de compartir sus luchas y trabajos en ese campo.
En los años 80 el grupo "Cristianos por la paz", surgido de las movilizaciones pacifistas del 82 y 83, convoca varios encuentros de "Cristianismo y objeción de conciencia" que van extendiendo la idea de la noviolencia en ambiente de Iglesia.
"Cristianos por la paz" desaparece en los 90 como organización. Algunos de sus miembros participan, junto con personas vinculadas al movimiento del Arca y a otros grupos no violentos, en la creación de la sección española del Movimiento Internacional de Reconciliación (MIR), en el que la elección de la noviolencia está motivada por una voluntad de coherencia con la exigencia de la justicia y de la verdad enraizada en la fe cristiana, desde una perspectiva ecuménica en sentido muy amplio. Este grupo propone a otros que vienen trabajando en esta línea realizar un encuentro para difundir la no violencia y coordinarse con otros que la vivan desde el Evangelio.
Desde nuestra experiencia cotidiana, la noviolencia debemos presentarla como una alternativa global partiendo de nuestra realidad y sus tensiones: "inhumanidad" vs. construcción de una nueva humanidad, utopías y realismo, congruencia entre fines y medios, la necesidad de pensar globalmente y actuar local o parcialmente (en concreto en el campo de la educación). Debemos vivir la radicalidad de la noviolencia como fidelidad a la verdad, el universalismo de la no violencia (la patria del no violento es la humanidad, es cada persona) y cómo se posiciona ésta ante la violencia económica, ante la pasividad.
No debemos cansarnos, ni dejar "para otros" la educación en la noviolencia tanto de niños, jóvenes y adultos. Ante tantos grupos neonazis que pululan con sus pintadas, ante tanot "rechazar" a otros que "no son de los nuestros", los cristianos recordamos las palabras de S. Francisco de Asís:(1)



"...QUE DONDE HAYA DISCORDIA PONGA YO PAZ". (1)



Rincón del Poeta



Tú no puedes volver atrás
porque la vida ya te empuja
como un aullido interminable.

Hija mía es mejor vivir
con la alegría de los hombres
que llorar ante el muro ciego.

Te sentiráss acorralada
te sentirás perdida o sola
tal vez querrás no haber nacido.

Yo sé muy bien que te dirán
que la vida no tiene objeto
que es un asunto desgraciado.

Entonces siempre acuérdate
de lo que un día yo escribí
pensando en ti como ahora pienso.

Un hombre sólo una mujer
así tomados de uno en uno
son como polvo no son nada.

Pero yo cuando te hablo a ti
cuando te escribo estas palabras
pienso también en otros hombres.

Tu destino está en los demás
tu futuro es tu propia vida
tu dignidad es la de todos.

Otros esperan que resistas
que les ayude tu alegría
tu canción entre sus canciones.

Entonces siempre acuérdate
de lo que un día yo escribí
pensando en ti como ahora pienso.

Nunca te entregues ni te apartes
junto al camino nunca digas
No puedo más y aquí me quedo.

La vida es bella tú verás
como a pesar de los pesares
tendrás amor tendrás amigos.

Por lo demás no hay elección
y este mundo tal como es
será todo tu patrimonio.

Perdóname no sé decirte
nada más pero tu comprende
que yo aún estoy en el camino

Y siempre siempre acuérdate
de lo que un día yo escribí
pensando en ti como ahora pienso.

José Agustín Goytisolo





Tablón

CLASES

Clases particulares. Profesora de Inglés, con experiencia docente. Todos los niveles. Adaptación al temario de los alumnos. Grupos homogéneos y muy reducidos (máx. 4 alumnos). Precios económicos, sin matrícula. en Bda. San Diego, 16 - 2º A .
Tel. 496 01 76

Clases particulares. Profesora de E.G.B., de especialidad Matemáticas y problemas del lenguaje. **Tel. 495 92 79**

Se dan clases de Corte y Confección, Punto Inglés. Se confecciona ropa de señora, niños y punto inglés. Precios económicos. **Tel. 495 38 52.**

Licenciada en Ciencias de la Educación (Pedagoga), da clases particulares. Especialista en problemas de aprendizaje. Grupos reducidos. **Tel. 494 13 09**

Profesora de E.G.B. imparte clases particulares. Enseñanza individualizada. Precio económico. Bda. San Diego. **Tel. 494 55 03**

TRABAJO

Se ofrece chica para servicio de limpieza doméstica y canguro al cuidado de niños. Elena Maya. Llamar de 15 a 15,30h.
Tel. 494 92 29.

Se ofrece para limpiar bloques o servicio doméstico, con experiencia.
Tel. 494 26 03.

Se ofrece chica para servicio de limpieza doméstica y canguro al cuidado de niños. Total disponibilidad. Macarena,
Tel. 495 81 59

Se ofrece señora para limpieza doméstica, cuidado de niños, enfermos o ancianos.
Tel. 494 39 38.

Se pintan interiores de bloques. Precios muy económicos. Presupuestos sin compromiso. Julián. Llamar de 14,30 a 15,30 h.
Tel. 494 45 01.

Se pasan trabajos a máquina eléctrica. Rapidez.
Tel. 494 13 09.

Se hacen cables con toda clase de conectores, canon, jack, pentapolares, etc. por encargo. Llamar en horas de comida. Carlos.
Tel. 494 70 83.

VARIOS

Se han encontrado gafas graduadas, de adulto con funda. Preguntar en la floristería de la fase I,II,III por el "Canario".

Si va a tirar su viejo televisor no lo tire. Comuníquelo en Chuchería Mary. Bda. San Diego 1ª Fase, Local 24. Iré a recogerlo.

Vendo piso cerca Casa Cuna, con ascensor (3ª planta), 3 dormitorios, gran salón, terraza, cuarto de baño y cocina, además azotea con tendedero, puerta antirrobo y posible aire acondicionado. Llamar al
Tel. 495 70 06.

Se vende plaza de garaje. Parque Flores 1ª Fase.
Tel. 495 01 05.

Centro, zona San Lorenzo, apartamento 1 dormitorio, salón con chimenea, baño, cocina independiente amueblada con electrodomésticos, ascensor, trastero. 9.500.000. Llamar a partir de las 15 h. **Tel. 438 21 02.**

"El Tablón" está destinado a publicar tus anuncios por palabras de manera gratuita. Entrega tus anuncios, antes del 1 de cada mes en el buzón de la A.V.V.

Recetario de Cocina



Estas recetas responden a la forma gaditana de elaborar estos platos, que en otras provincias andaluzas presentas algunas variantes. ¡Animate a enviar la tuya!

Poléa (Postre de invierno)

Ingredientes:
1 cáscara de naranja agria, 50 gr. de matalauva, 1/2 litro de aceite de oliva, 200 gr. de pan, 1 litro de leche, 500 gr. de harinao a calcular, 4 cucharadas de azúcar o miel (a gusto).

Preparación:
Se echa en una sarten un poco de aceite, Se le añade cáscara de naranja agria y matalauva. Se espera a que se dore la cáscara de naranja y se cuela el aceite.
En el mismo aceite se fríen los coscorrones a trocitos o picatostes de pan y se dejan escurrir en esa misma sarten, en el mismo aceite se le agrega la leche y poco a poco, se le vá añadiendo la harina que iremos removiendo lentamente con una cuchara de palo hasta que empiece a hervir y vaya espesando. Cuando lleve solo 10 minutos cociendo, se va añadiendo azúcar o miel y se remueve lentamente. Se aparta del fuego y se decora con los coscorrones y se espolvorea con canela molida.

Sopa de Tomate (para 4 personas)

Ingredientes:
1 pimiento, 1 cebolla, 2 ó 3 dientes e ajo, 1 kg. de tomates maduros, 2 ramas de hierbabuena, 500 gr. de pan y 4 huevos.

Preparación:
Se hace un refrito. Primero con cebolla, pimiento y ajo, después se le echa el tomate y cuando esté en su punto se le echa gua y hierbabuena.
Se corta en rodajas finitas el pan asentado de dos días. Cuando empieza a hervir el agua con el refrito, se le echa el pan, se hierve un minuto y se le cuajan los huevos. Se deja hervir tapado durante 5 minutos.